

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLOMOUCI

Cyrlometodějská teologická fakulta

Katedra křesťanské sociální práce

Sociální pedagogika

Klára Kopecká

Aktivity denního stacionáře propojující orientaci v
čase a znalost svého okolí

Bakalářská práce

vedoucí práce: doc. PhDr. Mgr. Petra Potměšilová Ph.D.

2021

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně a že jsem všechny použité informační zdroje uvedla v seznamu literatury.

V Litomyšli dne.....

Podpis.....

Obsah

1. Město Litomyšl	7
2. Organizace	7
2.1. Denní stacionář	7
2.1.1. Cíle denního stacionáře	7
2.2. Ruka pro život o.p.s.	8
2.2.2. Historie organizace	8
2.3. Denní stacionář Ruka pro život o.p.s. Litomyšl	8
2.3.1. Obecné informace	9
2.3.2. Cílová skupina	9
2.3.3. Popis realizace služby	9
2.3.4. Poslání a cíle služby	10
2.3.5. Zásady poskytování služby	11
2.3.6. Metody práce	11
2.3.7. Financování zařízení	11
2.3.8. Prostorové, materiální a technické vybavení	12
3. Cíle projektu	12
4. Cílová skupina projektu	12
4.1. Mentální postižení	13
4.1.1. Diagnostika mentálního postižení	13
4.1.2. Klasifikace mentálního postižení	13
4.1.2.1. Lehká mentální retardace – IQ 50-69	13
4.1.2.2. Středně těžká mentální retardace – IQ 35-49.....	14
4.1.2.3. Těžká mentální retardace – IQ 34-20	14
4.1.2.4. Hluboká mentální retardace – IQ nižší než 20.....	14
4.1.3. Specifika osob s mentálním postižením.....	14

4.1.4.	Četnost osob s mentálním postižením v populaci.....	15
4.1.5.	Downův syndrom.....	15
4.1.6.	Poruchy autistického spektra (PAS)	15
4.1.6.1.	Dětský autismus.....	16
4.1.6.2.	Aspergerův syndrom.....	17
4.1.6.3.	Rettův syndrom.....	17
4.2.	Tělesné postižení	17
4.2.2.	Dětská mozková obrna (DMO).....	18
4.2.3.	Epilepsie.....	18
4.3.	Kombinované postižení	19
5.	Dítě s postižením v rodině	20
6.	Aktivity pro uživatele stacionáře	20
6.1.	Popis aktivit	20
6.2.	Harmonogram projektu.....	21
6.2.1.	Leden – návštěva Tří králů	22
6.2.2.	Únor – Masopust.....	23
6.2.3.	Březen – zahrádka	24
6.2.4.	Duben – Velikonoce	25
6.2.5.	Květen – Den matek.....	27
6.2.6.	Červen – Hudba	27
6.2.7.	Červenec – Poznáváme Litomyšl.....	29
6.2.8.	Srpen – Olympijské hry ve stacionáři	31
6.2.9.	Září – Posvícení	33
6.2.10.	Říjen – keramika.....	34
6.2.11.	Listopad – Namaluj podzim.....	35
6.2.12.	Prosinec – Mikuláš.....	35

6.3. SWOT analýza projektu	38
6.4. Personální zabezpečení.....	38
6.5. Finanční zabezpečení.....	39
6.6. Prostorové vymezení	40
Závěr.....	41
Použitá literatura.....	42

Úvod

Po ukončení povinné školní docházky se u osob s postižením nabízí otázka, jak smysluplně vyplnit jejich volný čas. Někteří jedinci, především ti s nižším stupněm postižení si mohou najít práci, díky které se mohou zapojovat do společnosti. Ne u všech osob s postižením je ale tato možnost přichází v úvahu. Mnozí rodiče těchto dětí proto hledají další způsoby, jak svým dětem umožnit sociální kontakty a zároveň rozvoj nebo alespoň udržování jejich dovedností a schopností.

Často volí cestu využití sociálních služeb zaměřených pro osoby s různými typy postižení. Mezi takové služby mohou patřit domovy pro osoby se zdravotním postižením, chráněná bydlení, nebo denní a týdenní stacionáře. Ty osobám poskytují celodenní, v případě pobytových zařízení i dlouhodobější, náplň volného času, v rámci kterého se snaží o co největší zapojení osob do společnosti a běžného života. Nejde totiž je o trávení volného času, ale také o to, jak je tento volný čas tráven. Co může uživateli nabídnout, jaké jsou možnosti jeho rozvoje a jakými způsoby se toho dosáhne.

V mém bakalářském projektu jsme se zaměřila na služby denního stacionáře v Litomyšli, konkrétně na celoroční program pro jejich uživatele. Teoretická část projektu je věnována zejména charakteristice jednotlivých druhů postižení, se kterými se v tomto stacionáři můžeme setkat, tak, abychom mohli alespoň částečně předpokládat jejich chování, projevy a možnosti.

Praktická část tohoto projektu je zaměřená na důležité svátky a důležitá období v roce. U každého se seznámit s jeho průběhem, tradicemi a zvyky, které se dodržují. Tím si uživatelé osvojí základní informace o těchto obdobích a zároveň se díky nim budou lépe orientovat v čase. Abychom lépe poznali také město, ve kterém se stacionář nachází, jsou do tohoto projektu zařazeny také důležité události města, které si v programu připomeneme, a nechybí ani prohlídka města. Cílem projektu je zlepšení orientace uživatelů v časovém koloběhu roku díky posloupnosti jednotlivých poznanych nebo připomenutých svátků a tradic. Projekt je zacílen nejen na orientaci v čase, ale také v prostoru, a to zejména na území města Litomyšle. Tyto cíle poté mohou uživatelům pomoci v jejich běžném životě a v cestě za možným osamostatňováním.

1. Město Litomyšl

Litomyšl je město ležící v Pardubickém kraji, konkrétně v okrese Svitavy. Je to obec s rozšířenou působností, ve kterém žije přes 10 000 obyvatel.

První zmínka o Litomyšli je už z roku 981, kdy se objevila v Kosmově kronice v souvislosti s panstvím Slavníkovců a nedalekou obchodní cestou, tzv. Trstěnickou stezkou. V roce 1259 byla Litomyšl Přemyslem Otakarem II. povýšena na město, v roce 1344 zde bylo Karlem IV. založeno biskupství. Díky Kostkům z Postupic, Pernštejnům, Trauttmansdorffům, Valdštejn-Vantemberkům a Thurn-Taxisům Litomyšl rozkvétala. Tomu odpovídaly i stavitelské počiny, kdy byl v 16. století vystavěn renesanční zámek a na počátku století 18. dostavěn piaristický chrám.

Litomyšl vždy patřila mezi centra společenského dění, školství, vzdělanosti a umění. Mezi slavné rodáky patří světoznámý hudební skladatel Bedřich Smetana nebo malíř Julius Mařák. V Litomyšli působila například Božena Němcová, Alois Jirásek nebo Josef Váchal. I v současnosti se v Litomyšli odehrávají velké společenské akce, mezi ně patří každoročně Mezinárodní hudební festival Smetanova Litomyšl, na počest již zmíněného skladatele Bedřicha Smetany, pořádaný v areálu zámku, který je zapsaný na seznamu světového kulturního dědictví UNESCO (Město Litomyšl, 2020).

2. Organizace

2.1. Denní stacionář

Denní stacionář je dle § 46 Zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách ambulanti služba pro osoby, které „mají sníženou soběstačnost z důvodu věku nebo zdravotního postižení, a osobám s chronickým duševním onemocněním, jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné fyzické osoby“ (Česko, 2006, s.1269).

2.1.1. Cíle denního stacionáře

Cílem denního stacionáře podle zákona č. 108/2006 Sb. o sociálních službách (Česko, 2006, s.1270) je:

- „Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu
- Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek pro osobní hygienu
- Poskytnutí stravy

- Výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- Sociálně terapeutické činnosti
- Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí“

2.2. Ruka pro život o.p.s.

Ruka pro život o.p.s. je organizace zastřešující celkem pět denních stacionářů a dva domovy pro osoby se zdravotním postižením po celé České republice, konkrétně v Praze, Brně a Litomyšli (Ruka pro život o.p.s., 2020).

2.2.1. Obecné informace

- Název organizace: Ruka pro život o.p.s.
- Ředitelka: Mgr. Lenka Antonie Janišťinová
- Adresa: Rajmonova 1199/4, 182 00 Praha 8 – Kobylisy
- IČ: 27017699
- Telefon: 283 881 666
- Webová adresa: www.rukaprozivot.cz

2.2.2. Historie organizace

Organizace Ruka pro život o. p. s. vznikla v roce 2006. Její zakladatelkou je nynější ředitelka Mgr. Lenka Antonie Janišťinová. Pod její záštitou funguje celkem pět denních stacionářů a 2 domovy pro osoby se zdravotním postižením. První denní stacionář Rajmonova vznikl v roce 2008 v Praze. O dva roky později vznikl denní stacionář v Litomyšli a další denní stacionář Ruky pro život v Praze Skloněná. Dalším městem, kde tato organizace funguje je Brno. Tam byl roku 2013 otevřen denní stacionář a dva roky poté, v roce 2015, také Domov pro osoby se zdravotním postižením Božetěchova. Stejná služba vznikla v roce 2020 také v Praze, Domov pro osoby se zdravotním postižením Ostromečská, kde začal téhož roku fungovat i další v pořadí třetí denní stacionář Taussigova (Ruka pro život o.p.s., 2020).

2.3. Denní stacionář Ruka pro život o.p.s. Litomyšl

Denní stacionář v Litomyšli jsem si vybrala proto, že zde vypomáhám již několik let, proto mám s touto organizací zkušenosti a vím, jak funguje.

2.3.1. Obecné informace

- Název zařízení: Denní stacionář Litomyšl
- Vedoucí stacionáře: Bc. Ria Slušná
- Adresa: J. E. Purkyně 1126 a 1150, 57001 Litomyšl
- Telefon: 461 312 412
- Druh služby: denní stacionář
- Forma služby: ambulantní (Janištinová, 2020).

2.3.2. Cílová skupina

Denní stacionář Ruka pro život o.p.s. v Litomyšli je zařízení poskytující sociální služby lidem, kteří mají mentální a kombinované postižení a jsou starší 13let včetně lidí s poruchami autistického spektra, seniorům a seniorům se zdravotním postižením. Služba může být zamítnuta:

- „Osobám s infekčním onemocněním ohrožujícím zdraví dalších osob
- Osobám s vážnými smyslovými vadami vyžadující speciální podmínky pro komunikaci a orientaci
- Osobám závislým na návykových látkách
- Osobám s duševním onemocněním, které je u osoby primární
- Osobám s nařízenou ochrannou léčbou
- Osobám, kterým ošetřující lékař nedoporučí pobyt v denním stacionáři
- Osobám vyžadujícím celodenní ošetrovatelskou nebo lékařskou péči
- Osobám upoutaným na lůžko
- Osobám se sklony ke zdraví nebo život ohrožujícímu agresivnímu chování
- Osobám, které nerozumí českému jazyku“ (Janištinová, 2020, s.1)

2.3.3. Popis realizace služby

Kapacita denního stacionáře Litomyšl je 17 uživatelů denně bez ohledu na poměr zastoupení cílových skupin. Služba je poskytována celoročně, každý všední den (mimo státních svátků) od 7:00 do 16:00.

Uživatel má možnost zvolit si, jak často a na jakou dobu bude denní stacionář navštěvovat. Může si zvolit buď docházku v plném rozsahu, což znamená pět dní v týdnu po celou provozní dobu zařízení, nebo pouze některé dny a některé hodiny. Musí ale brát

v potaz, že pokud si nezvolí plný rozsah docházky, dny nebo časy jím nevyužívané jsou nabídnuté dalším uživatelům. Docházku uživatel stanovuje ve smlouvě o poskytování sociálních služeb.

Denní stacionář v Litomyšli se podle § 46 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách zavazuje uživateli zaručit:

- „Pomoc při zvládnání běžných úkonů péče o vlastní osobu
- Pomoc při osobní hygieně nebo poskytnutí podmínek po osobní hygienu
- Poskytnutí stravy
- Výchovně, vzdělávací a aktivizační činnosti
- Zprostředkování kontaktu se společenským prostředím
- Sociálně terapeutické činnosti
- Pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí“ (Janištinová, 2020, s. 3)

2.3.4. Poslání a cíle služby

Posláním služby je smysluplné vyplnění volného času, což vede k větší samostatnosti uživatelů a možnosti zapojení se do společnosti.

Mezi cíle služby denního stacionáře patří:

- podpora soběstačnosti v základní péči o vlastní osobu z hlediska hygieny, stravování nebo vedení domácnosti
- snaha o posílení pracovních návyků a vědomí hodnoty vlastní práce u uživatelů při výrobě dárkových předmětů a práci v dílnách
- podpora vztahů uživatele s rodinou, přáteli a společností
- podpora uživatele při využívání běžných služeb a při vyřizování osobních záležitostí
- snaha o udržování a rozšiřování dovedností, poznávacích funkcí a schopností uživatele
- prezentace dovedností a schopností uživatelů na veřejnosti (Janištinová, 2020).

2.3.5. Zásady poskytování služby

Při práci v denním stacionáři Litomyšl je velký důraz kladen na individuální přístup k uživatelům a jejich jedinečnost. V rámci jejich rozvíjení je brán ohled na vlastní volbu. Jelikož se denní stacionář snaží o co největší osamostatnění, uživatelé jsou zapojováni do chodu služby, ať už při pomoci s úklidem nebo při pomoci s výrobou výrobků, které jsou později prodávány. Při těchto aktivitách se zaměřuje na pozitivní a silné stránky uživatele a hledají se nové přístupy a možnosti práce s ním.

Během dne jsou zařazeny tři přestávky na stravování. Snídaně a svačiny si uživatelé nosí sami z domu. V některých případech si je po předchozí dohodě připravují společně s pracovníky a ostatními uživateli při nácvičku soběstačnosti. Obědy jsou zajišťovány odběrem od stravovací firmy. Samozřejmě je možné nosit si obědy vlastní (Janištinová, 2020).

2.3.6. Metody práce

S ohledem na cílovou skupinu denního stacionáře, jíž jsou osoby, které potřebují vysokou míru podpory a péče, je kladen důraz na dosažení co nejvyšší míry soběstačnosti a samostatnosti. Při tom je snaha o rozvoj sebeobsluhy a udržení už získaných schopností a dovedností.

Při sepisování smlouvy si každý uživatel stanovuje cíle, kterých by chtěl dosáhnout. Tyto cíle jsou v průběhu rozčleněny do dílčích cílů, které se postupně dle předem daného postupu realizují. Na plánování postupu dosažení dílčích cílů se společně podílejí jak pracovníci, tak uživatelé.

Na počátku navštěvování služby si, pokud je to možné, každý uživatel vybírá svého klíčového pracovníka, se kterým uživatel veškeré plánování probírá. Mimo jiné spolupracují na vytváření a hodnocení individuálního programu, na kterém společně v průběhu pracují.

2.3.7. Financování zařízení

Denní stacionář Litomyšl je financován ze státních dotací Ministerstva práce a sociálních věcí, z dotací od Pardubického kraje a města Litomyšl. Tyto dotace jsou využívány zejména na provoz. Významnou část příjmů organizace tvoří tržby za vlastní výkony a za zboží, které je ve stacionáři vyráběno a později prodáváno. Zařízení je také finančně sponzorováno

velkým množstvím firem ale také jednotlivců. Mezi největší výdaje této organizace patří mzdové náklady a náklady na pojištění (Janištinová, 2019).

2.3.8. Prostorové, materiální a technické vybavení

Služba je provozována v přízemí dvou domů s pečovatelskou službou. Veškeré prostory jsou bezbariérové. V zázemí první budovy jsou k dispozici dvě dílny, které jsou používány při pracovních aktivitách, terapeutická dílna, která je přizpůsobena pro polohování uživatelů, kuchyňka, jídelna, skladovací prostory a sociální zázemí.

Ve druhé budově jsou zařízeny dvě dílny a ateliér, společenská místnost využívána primárně jako jídelna, kuchyňka, rehabilitační zázemí, sociální zázemí a kancelář vedoucí stacionáře (Janištinová, 2020).

3. Cíle projektu

Cílem projektu je seznámit uživatele denního stacionáře s koloběhem roku, v němž se zaměříme na hlavní svátky a tradice, ale také se nepřímo zapojíme do aktivit, které probíhají v Litomyšli. Tím se podíváme do historie, poznáme své okolí a tím i velkou část města. Díky tomu se budou uživatelé ve městě a čase lépe orientovat, což jim pomůže jak při prohlubování svých dosavadních schopností a znalostí, ale také v běžném životě jako cesta k většímu osamostatňování. Výhodou tohoto projektu je jeho komplexnost, která vychází z celoročního programu. Ten zároveň díky množství aktivit zahrnuje spoustu možných oblastí rozvoje, jak motorických nebo kognitivních schopností.

Toto téma jsem si vybrala, jelikož již několik let chodím pomáhat právě do denního stacionáře Ruka pro život o. p. s. v Litomyšli. Proto vím, jak důležité je snažit se o rozvoj uživatelů a jejich co největší úroveň osamostatnění.

4. Cílová skupina projektu

Cílovou skupinou mého bakalářského projektu jsou uživatelé Denního stacionáře v Litomyšli. Jedná se o jedince s mentálním, tělesným nebo kombinovaným postižením. V této části bych se ráda zaměřila na konkrétní druhy postižení, které se u osob ve stacionáři vyskytují, a jejich charakteristiku.

4.1. Mentální postižení

Jedná se o jednu z nejpočetnějších skupin mezi postiženími. Také je známé pod pojmem mentální retardace, v překladu znamená „opoždění mysli“. Nejrozšířenější a nejznámější definice je od Černé (in Slowik, 2016, s. 110), kdy říká, že „mentální retardace je pojem vztahující se k podprůměrnému obecně intelektuálnímu fungování osoby, které se stává zřejmým v průběhu vývoje a je spojeno s poruchami adaptačního chování“.

4.1.1. Diagnostika mentálního postižení

Diagnostika mentální retardace je dlouhodobý proces, který zahrnuje vše, co ovlivňuje vývin dítěte (Švarcová, 2006). Mentální postižení je diagnostikováno na základě psychologického vyšetření kognitivních funkcí, klinického posouzení míry zvládnutí běžných nároků a posouzení adaptivního chování (Valenta, Michalík, 2012). Na diagnostice by se měl podílet tým složený z odborníků z různých oblastí. V oblasti medicíny, by to měli být pediatr, psychiatr a neurolog, dále by se měli účastnit zástupci psychologie, speciální pedagogiky, sociální práce a případně i dalších oborů, ale důležitá je také přirozená rodičovská diagnostika vývoje dítěte (Valenta, Müller in Valenta, Michalík, 2006).

4.1.2. Klasifikace mentálního postižení

Vedle tohoto základního dělení se využívá ještě klasifikace podle Mezinárodní klasifikace nemocí, postižení a handicapů podle WHO (MKN-10), jež dělí mentální postižení na základě úrovně mentální kapacity vyjádřenou naměřenou hodnotou IQ. Ta se počítá podílem mentálního a fyzického věku a výsledek se poté vynásobí 100. Jak říká Slowik (2016) ve své knize, jedná se ale pouze o orientační dělení, protože pro jednotlivé stupně prakticky neexistují jasné hranice (Slowik, 2016).

4.1.2.1. Lehká mentální retardace – IQ 50-69

Lehce mentálně retardovaní jednotlivci mají ve většině případů schopnost užívat řeč v každodenním životě, v konverzaci, ačkoliv si ji osvojují později. Velká část osob s tímto postižením je také naprosto soběstačná, co se týče sebeobsluhy a praktické práce v domácnosti (Švarcová, 2006).

Obtíže se ale mohou objevovat v učení, zejména pak při čtení a psaní. Proto je doporučována výchova a vzdělávání hlavně v oblasti rozvíjení dovedností a kompenzaci nedostatků (Slowik, 2016).

V dospělosti je značná část osob s lehkou mentální retardací schopna pracovat, hlavně na místech vyžadujících spíše praktické než teoretické dovednosti, tady zejména na manuální práci. Díky této možnosti mohou navazovat sociální vztahy a lépe se tak zapojit do společnosti (Švarcová, 2006).

4.1.2.2. Středně těžká mentální retardace – IQ 35-49

U jedinců s tímto typem postižení je „výrazně opožděn rozvoj chápání a užívání řeči“ (Švarcová, 2006, s. 34). Stejně je opožděna také sebeobsluha a zručnost. Vzdělání je tímto postižením limitováno, ale část osob dosáhne základů čtení, psaní a počítání.

Při vykonávání práce jde zejména o jednoduchou manuální práci, která je strukturována na vymezené úkoly a je zapotřebí neustálý odborný dohled. Díky tomu jsou i zde naplněny základní sociální vztahy a podílení se na základních sociálních aktivitách. Z neustálého dohledu vyplývá, že většina případů s tímto druhem postižení není schopná samostatného života bez pomoci okolí (Švarcová, 2006).

4.1.2.3. Těžká mentální retardace – IQ 34-20

Většina osob s tímto druhem postižení trpí poruchou motoriky nebo jinými vadami ve značném stupni.

Možnosti výchovy a vzdělání jsou velmi omezené. Důležitá je především „včasná systematická a dostatečně kvalifikovaná rehabilitační, výchovná a vzdělávací péče“ (Švarcová, 2006, s. 35).

4.1.2.4. Hluboká mentální retardace – IQ nižší než 20

Tento stupeň se projevuje značným omezením jak v oblasti schopností, tak v oblasti sebeobsluhy. Většina osob s tímto postižením je imobilní, nebo má výrazné omezení pohybu. I proto, že velká část těchto osob není schopná komunikace, je nutná neustálá pomoc a dohled. Komunikace se velmi často projevuje pouze reakcí na jednoduchý požadavek (Švarcová, 2006).

4.1.3. Specifika osob s mentálním postižením

Osoby s mentálním postižením jakéhokoli stupně mají určitá specifika. U většiny z nich se vyskytuje omezená schopnost komunikace, proto se lidé s mentálním postižením snaží tento

handicap kompenzovat například zvýšenou emocionalitou, otevřeností a spontánností, která může běžného člověka v první chvíli zaskočit (Slowik, 2016).

4.1.4. Četnost osob s mentálním postižením v populaci

Jak už bylo řečeno na začátku kapitoly, mentální retardace je jedním z nejpočetnějších postižení a počet jedinců s ním stále stoupá jak u nás, tak po celém světě, což se vysvětluje lepší evidencí a rozpoznáním symptomů u jedinců už před narozením. Absolutní počet osob s mentálním postižením není znám, ale kvalifikované odhady říkají, že mentální retardaci jsou postiženy 3 % naší populace, přičemž 2,6 % je postiženou lehkým stupněm (Švarcová, 2006).

4.1.5. Downův syndrom

Downův syndrom je nejrozšířenějším z mentálních postižení, literatura uvádí, že se jedná až o 10 % ze všech mentálních postižení (Švarcová, 2006).

U jedinců s tímto typem postižení se častěji, než u vrstevníků objevují smyslové vady. Nejčastěji jsou to problémy se zrakem, jako krátkozrakost, dalekozrakost, nebo šilhavost. Mnohé osoby mají také problémy se sluchem. Tyto problémy mohou ovlivnit proces učení, emocionální vývoj nebo vývoj řeči. Na ten je třeba brát velký zřetel. Dítě s Downovým syndromem bojuje nejen s technikou řeči, ale také s „rozvojem řeči jako „nástroje“ myšlené řeči“ (Kučera in Švarcová, 2006, s. 146). Mentální retardace se u jedinců s Downovým syndromem vyskytuje v různém stupni a s různými specifickými diagnózami. Průměrné IQ osob s tímto postižením spadá do pásma střední mentální retardace (Švarcová, 2006).

4.1.6. Poruchy autistického spektra (PAS)

Jedná se o pervazivní vývojové poruchy, které se projeví už v prvních letech života. Mezi tyto poruchy se řadí například autismus, Aspergerův syndrom nebo Rettův syndrom. Tato postižení záporně ovlivňují mentální vývoj dítěte, zejména v oblasti komunikace, sociálních vztahů a představitosti, které jsou hlavními problémovými oblastmi. U jednotlivých osob s tímto typem postižení mohou některé dovednosti chybět úplně, nebo mohou být vývojově opožděné, na druhou stranu ale mohou být na určité dovednosti výrazně nadané (Thorová, 2012).

Porucha sociálního chování a sociální interakce se u jednotlivých lidí s PAS výrazně liší. Stupeň dovedností u některých osob dosahuje úrovně kojeneckého věku, u jiných úrovně

tříletého dítěte nebo úrovně dítěte mladšího školního věku. Oblast sociálních interakcí má dva póly. Pól osamělý, kdy dítě nemá zájem o sociální kontakt – odvrací oči, chová se, zakrývá si oči, uši apod. Druhým pólem je pól nepřiměřené sociální interakce, při kterém dítě sociální kontakt naopak vyžaduje – oční kontakt vyhledává, dotýká se osob, rádo si povídá, vypravuje (Thorová, 2012).

Další problematickou oblastí u osob s PAS je komunikace. Hlavní příčinou bývá opožděný vývoj řeči, kterou si až polovina dětí s touto poruchou neosvojí na komunikační úrovni. Někteří jedinci si neosvojí ani základy neverbální komunikace. V rámci ní osoby nezvládají používání mimických svalů, gest nebo postojů, a naopak neumí číst v neverbální komunikaci ostatních lidí. Největším problémem je porucha verbální komunikace. Osoby s PAS v některých případech pouze žvatlají, dokola říkají to samé, mluví sami se sebou, odpovídají pouze jedním slovem apod.

Třetí ze základních oblastí problémů je narušená představivost. Kvůli tomu se nesprávně rozvíjí hra, spoléhá na zaručené postupy a činnosti, zejména stereotypní, u kterých není zapotřebí využití fantazie. Tím se dostává do vývojově nižšího stupně, nebo zůstává na stupni dosavadním. Také v této oblasti se schopnosti a dovednosti jednotlivců navzájem liší (Thorová, 2012).

4.1.6.1. Dětský autismus

Jedná se o jednu ze základních poruch autistického spektra. Závažnost i přítomné symptomy bývají různé, od těch nejlehčích až po ty nejzávažnější. Překážky se musí vyskytovat ve třech základních problémových oblastech a zároveň se mohou objevovat i další dysfunkce, které se ale s postupem věku mohou měnit.

Mezi kritéria pro dětský autismus je podle MKN-10 zařazen fakt, že se objevuje do třetího roku života. Pokud se symptomy zaznamenají až po třetím roce života, jedná se o tzv. atypický autismus. V oblasti narušené sociální integrace se projevuje například nedostatečná reakce na emoce ostatních, neschopnost posuzovat společenské emoční situace, slabá soudržnost emočního, sociálního a kulturního chování, nebo ohraničené používání sociálních signálů. Do oblasti narušené komunikace se zařazuje omezená přizpůsobivost ve vyjadřování, nedostatečná gestikulace dokreslující významnost komunikace, nedostatek představivosti v myšlení, nedostatečná souhra v komunikačním rozhovoru. V poslední

problémové oblasti jsou kritéria jako lpění na věcech a na rituálech, stereotypní zájmy, nebo averze ke změnám (Thorová, 2012).

4.1.6.2. Aspergerův syndrom

Někdy bývá nazýván jako sociální dyslexie a jedná se o syndrom s mnoha symptomy. Část osob s Aspergerovým syndromem dokáže, při správném výběru zaměstnání a partnera, žít téměř normální život. Na druhé straně jsou jedinci, kteří ale potřebují neustálou přítomnost asistenta a ve vzdělání a zaměstnání mohou mít problémy.

Řeč u těchto osob nemusí být opožděná. Často se ale projevuje mechanicky, formálně, věci se učí z paměti, a to hlavně slogany, televizní reklamy nebo dlouhé pasáže z knih. Problém často nastává při použití řeči v praxi, kdy mívají problém udržet řeč v sociálním kontextu rozhovoru. To je také zapříčiněno obtížným chápáním společenského chování. Jen těžko navazují přátelství, pravidla zůstávají v mnoha případech nepochopitelná, nechápou potřeby druhých lidí, špatně vyjadřují své pocity, a proto se často dostávají do stresových situací (Thorová, 2012).

4.1.6.3. Rettův syndrom

Tento syndrom postihuje pouze dívky, u chlapců dochází k tak závažným problémům, že plod nebo novorozenec nepřežije. Kolem druhého roku věku se začínají objevovat problémy v komunikaci, nefunkční pohyby jako tleskání nebo mačkání na úkor řízené činnosti rukou. V psychomotorickém vývoji je zřejmé zpomalení, neustále se střídají nálady, strach, nezájem o sociální kontakty.

Kolem třetího roku věku se symptomy stabilizují, děti obvykle zvládají činnosti určené dětem mezi 18 a 24 měsíci. V tomto období se zvyšuje zájem o okolí. Vyhledávají společnost, ke komunikaci využívají zejména oči. Mohou se zde ale projevit epileptické záchvaty, a to až v 80 % případů

K dalšímu zhoršení dochází po pátém roce života, kdy dochází ke zhoršení v oblasti motoriky, z důvodu ochabování svalů (Thorová, 2012).

4.2. Tělesné postižení

Jedná se o problematiku osob s poruchami hybnosti, které mohou být následkem přímého poškození, nebo důsledkem v rámci jiné nemoci či poruchy (Slowik, 2016). Do oblasti

tělesného postižení se tak řadí poruchy hybnosti spojené s Dětskou mozkovou obrnou, vrozené vývojové vady, jako chybějící končetiny, také problémy po úrazech a následky vážných nemocí a poruchy spojené s dlouhodobými onemocněními. Stále častěji přibývají problémy v důsledku špatného životního stylu – vady páteře, poškození kloubů apod (Slowik, 2016).

4.2.1. Klasifikace tělesného postižení

Dle mezinárodní terminologie se do tělesného postižení řadí především dlouhodobě omezení jedince. Při krátkodobých onemocněních, které také mohou zásadně zasáhnout život jedince, se počítá s tím, že po jejich odeznění nebo po dokončení jejich léčby se člověk může vrátit zpět do svého obvyklého způsobu života.

4.2.2. Dětská mozková obrna (DMO)

Jedná se o jednu z nejčastějších příčin vrozeného zdravotního postižení. Z medicínského hlediska je definována jako „neprogresivní neurologický syndrom vyvolaný lézí nezralého mozku“ (Kraus in Slowik, 2016, s. 102). Tato porucha má velkou škálu projevů, ve velké části případů se spolu s dětskou mozkovou obrnou objevuje také mentální postižení, dále se může projevit také epilepsie, smyslové vady nebo vývojové poruchy.

DMO se rozděluje na dvě formy. Spasická, tzv. křečovitá, forma se projevuje křečovitým stahováním svalů a oslabuje je. Z tohoto důvodu může vzniknout diparéza, kdy jsou postiženy dolní končetiny, hemiparéza, kdy je postižena pravá nebo levá polovina těla, nebo kvadruparéza, při které jsou postiženy všechny čtyři končetiny. Ve vzácném případě může dojít i k ochrnutí.

V rámci nespasické formy je možné definovat atetoidní druh, který se projevuje pomalými krouživými pohyby, a ataktický druh, při kterém se vyskytují poruchy rovnováhy a celkově špatná koordinace pohybů (Slowik, 2016).

4.2.3. Epilepsie

Jedná se o záchvatovité onemocnění, projevující se neurotickými výboji v mozku.

Při malém epileptickém záchvatu si toho okolí nemusí ani všimnout, jedná se pouze o výpadek pozornosti. Naopak při velkém epileptickém záchvatu se objevují poruchy vědomí, motorická dysfunkce, záškuby svalů, slinění apod.

Prevenčí vzniku epileptických záchvatů je odstranění jejich spouštěčů, kterými může být alkohol, stresové situace, některé potraviny apod. V některých případech ale nejsou příčiny záchvatu vysvětleny, v takových případech se obvykle jedná o kombinaci více faktorů (Slowik, 2016).

4.2.4. Rozvoj jedinců s tělesným postižením

Velice významnou osobností se v této oblasti stal Rudolf Jedlička, který založil známý Jedličkův ústav, ve kterém je dětem poskytována nejen potřebná péče, ale také možnost vzdělání a osobního růstu.

U dětí s tímto druhem postižení je dobré věnovat se už od raného věku intenzivní rehabilitaci za účelem vylepšení jejich životní situace. V takových případech se využívá například Vojtova metoda, Bobathova metoda, Therasuit nebo Petoho terapie. Za největší problém se u lidí s tělesným postižením považuje jejich omezená mobilita, která je i při psychické nezávislosti významně omezuje. Proto je třeba snižovat tyto rozdíly.

K tomu může pomoci i zapojování takto znevýhodněných osob do společnosti, která se tomuto snaží napomáhat například bezbariérovostí prostor, nebo poskytnutím speciálních parkovacích míst. Také se objevují pracovní místa, která jsou vhodná i pro osoby s postižením. Jedná se o práci z domova, práci v chráněných dílnách apod (Slowik, 2016).

4.3. Kombinované postižení

Do této kategorie se řadí kombinace dvou či více vad nebo poruch. Kombinace dvou nebo více postižení patří mezi náročnější, protože se postižení mezi sebou násobí.

Relativně často se vyskytuje kombinace s mentálním postižením. Společně s tělesným postižením se vyskytuje například při dětské mozkové obrně, kdy se mohou přidat například ještě poruchy řeči.

Podobná kombinace se vyskytuje i u poruch autistického spektra, při kterých se k vývojovým poruchám přidává mentální postižení nebo psychické poruchy.

Kombinace dvou tělesných postižení je propojena v tzv. hluchoslepotě, kdy se jedná o spojení zrakového a sluchového postižení. V tomto případě je zapotřebí využívat specifické dorozumívací prostředky (Slowik, 2016).

5. Dítě s postižením v rodině

Rodina je základní a nejpřirozenější prostředí pro dítě. Mělo by zde pociťovat pocit jistoty, stability a bezpečí (Valenta, Michalík, 2018). Situace rodiny, kde se narodí dítě s postižením, je ve všech ohledech velice nestandardní. Už od narození se s ní musí všichni členové rodiny naučit pracovat a zvládat každodenní život. Jako u každé krizové situace, i tady si jedinci prochází tzv. procesem zvládnání (Vágnerová in Slowik, 2016).

- Fáze šoku a popření – jedinci nemohou uvěřit diagnóze, odmítají ji, často „čekají na zázrak“, v některých případech se také rozhoduje o narození či nenarození dítěte s postižením
- Fáze akceptace a vyrovnávání s problémem – rodina se postupně vyrovnává s realitou, v některých případech se „hledají viníci“ a dochází k obviňování okolí, někdy až k rozpadu rodiny, je důležitá podpora od okolí, širší rodiny, ale i odborníků
- Fáze smíření a realismu – vede k realistickému náhledu na situaci, pokud rodina vydržela celou situaci až po tento krok, významně ji to posílí

Důležitou roli hraje i přístup k výchově a rozvoji dítěte. Dítě by mělo být motivováno k nalezení a dosahování svých hranic, ale tyto nároky musí být přiměřené postižení dítěte (Slowik, 2016). Švarcová (In Valenta, Michalík, 2018) za nejvhodnější přístup považuje brát a mít rád dítě takové jaké je. U některých rodin se může objevit problém v tom, že se obávají nenaplnění ambicí, které do dítěte vloží a které jsou pro dítě nedosažitelné (Matoušek, 1997). Blažek a Olmrová (In Matoušek, 1997) říkají, že ze sourozenců jedince s postižením mohou vznikat až agresivní ochránci. Zároveň se ale mohou za svého sourozence stydět, a tak si kolem sebe vytvářet uzavřenou sociální bublinu (Matoušek, 2010).

6. Aktivity pro uživatele stacionáře

6.1. Popis aktivit

V předchozí kapitole jsem psala o tom, jak je rodina pro dítě důležitá. Zvláště, pokud se dítě v některých ohledech liší od okolních dětí, a proto se špatně zařazuje mezi své vrstevníky (Valenta, Michalík, 2018). Značná část rodin, kterým se narodilo dítě s nějakým typem postižení, se jej ve vyšším věku snaží alespoň částečně osamostatnit, nebo ho alespoň zapojit do společnosti tím, že využijí pomoci od poskytovatelů sociálních služeb. Do nich se řadí denní stacionáře, týdenní stacionáře, odlehčovací služby, nebo například domovy pro osoby

s postižením. V tomto projektu se zabýváme denním stacionářem, který poskytuje odlehčení rodičům každý pracovní den v rozsahu pracovní doby. Znamená to, že mohou i při těžkém postižení svého dítěte, o které je péče velmi náročná, navštěvovat zaměstnání, případně věnovat se dalším dětem, nebo obstarávat domácnost. Jejich děti se zároveň dostávají do společnosti dalších osob, mohou se lépe rozvíjet, snažit se osamostatňovat zapojovat se do kulturních akcí apod, na což častokrát rodičům při zaměstnání nezbývá tolik času (Matoušek, 2010).

Jedná se o celoroční program, který si klade za cíl seznámit uživatele denního stacionáře s důležitými událostmi a dny, které se v průběhu roku připomínají. Jedná se o známější jako jsou Velikonoce, či o méně známá období v roce jako je například posvícení nebo masopust. V programu je zařazeno nejen seznámení se s daným obdobím, ale také ukázka jejich tradic, které se dodržují, zvyků, které spousta lidí v těchto časech zachovávají apod.

Mimo tyto obecně známé, se ale zaměříme i na akce, které se pořádají přímo v Litomyšli, nebo jsou nedílnou součástí života. Tím nahlédneme do dění kolem nás, poznáme historii města, ve kterém se pohybujeme a budeme vylepšovat naši orientaci po okolí.

Těmito aktivitami si zároveň budeme procvičovat naši paměť a udržovat naše schopnosti a dovednosti, jak v oblasti motoriky, tak v oblasti rozvoje komunikace, myšlení nebo fantazie. Dosažení těchto cílů se budeme snažit pozorovat pomocí jednotlivých průběžných reflexí, které budou odrážet jejich výsledky.

6.2. Harmonogram projektu

Aktivity budou probíhat 1x za měsíc v dopoledních hodinách. Konkrétní dny budou vybírány na základě termínů svátků, akcí v Litomyšli nebo také na počtu přítomných uživatelů.

Aktivity jsou plánovány na 1-2 hodiny, délka bude záležet zejména na typu aktivity. V některých případech je možné, že bude aktivita delší, jako například při výletě městem nebo při potřebné přípravě předem.

Vzhledem k tomu, že většina vybraných svátků vychází z křesťanského základu, je dobré domluvit se na začátku roku s rodiči nebo zákonnými zástupci uživatelů, zda jim tento náboženský podtext využitý v programu nebude vadit a zda s nám budou souhlasit.

6.2.1. Leden – návštěva Tří králů

- Kdo to jsou Tři králové?
 - Časová dotace: 30 minut
 - Pomůcky: díl pohádky Chaloupky na vršku – Jak to bylo na Tři krále, obrázky zlata, kadidla a myrhy
 - Cíl aktivity: Seznámit se se svátkem Tří králů. Pochopit význam tohoto svátku.
 - Postup: Zhlédneme díl pohádky
 - Tuto pohádku jsem vybrala, protože je zde velmi nenásilnou formou, která je lehce pochopitelná, ukázáno, jak se jednotlivé svátky slavily dříve. S čím to bylo spojené, jaké byly přípravy apod. Zároveň je to zapojené do vtipného příběhu dětí.
 - Následně si zopakujeme, jak to s Třemi králi bylo. Ukážeme si obrázky darů, které Tři králové přinesli Ježíškovi a povíme si, k čemu byli tyto věci dobré. Kadidlo je vonná pryskyřice, které se využívá i při náboženských obřadech. Říkalo se, že její voňavý dým stoupá k nebi a nese nahoru modlitby věřících (Bestajovský, 2008). Myrha je také vonná pryskyřice, která byla v dávných dobách známá pro léčivé účinky, za které se v tehdejších dobách platily sumy peněz (Bestajovský, 2008).
 - Všechny díly pohádky použité v tomto projektu jsou dostupné na stránce a stránce youtube.com pod názvem jednotlivého dílu.
- Tříkrálová koleda
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: nahrávka písně My tři králové
 - Cíl aktivity: Připomenout si slova písně My tři králové.
 - Postup: Písničku si nejdříve alespoň dvakrát poslechneme. Ti, co písničku znají si mohou zpívat s nahrávkou, nakonec si ji ještě všichni zazpíváme.
 - „My tři králové jdeme k Vám,
Šťěstí, zdraví vinšujem Vám.
Šťěstí, zdraví, dlouhá léta,
My jsme k Vám přišli z daleka.
Daleko-li cesta naše?
Do Betléma mysl naše.
Copak, ty tam černej vzadu,

Vystrkuješ na nás bradu?
A já černej vystupuju
A nový rok Vám vinšuju.
A my taky vystupujem
A nový rok vám vinšujem“ (Toufar, 2004, s. 269).

- Tříkrálové koruny
 - Časová dotace: 60 minut
 - Pomůcky: tvrdý velký bílý papír (A1), barvy, fixy, barevný papír, lepidlo, pastelky, izolepa, sešívačka, nůžky, obyčejná tužka
 - Postup: Velký bílý papír rozstříhneme uprostřed delší strany tak, aby nám vznikly zuby koruny. Z každého papíru nám poté vzniknou koruny dvě. Tyto koruny si budou moci uživatelé vyzdobit dle fantazie, je možné využít pastelky, fixy, lepit kousky barevného papíru nebo použít temperové nebo vodové barvy. Po zaschnutí barev oba konce koruny spojíme dokola velikostně podle hlavy uživatele. Obě strany spojíme izolepou nebo sešívačkou.

6.2.2. Únor – Masopust

- Co je to Masopust?
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: pohádka Chaloupka na vršku – Jak to bylo o Masopustu
 - Cíl aktivity: Seznámit uživatele s obdobím masopustu, jak probíhalo a jak ho lidé v dávných dobách prožívali.
 - Pustíme si díl pohádky Chaloupka na vršku s názvem Jak to bylo o Masopustu.
 - Toto video zábavně a nenáročně ukazuje hlavní přednosti a znaky Masopustu, včetně příprav, tanečního veselí nebo hodů.
- Přehlídka masek
 - Časová dotace: 60 minut
 - Pomůcky: masky, které si uživatelé připraví doma, přehrávač hudby, oblíbená CD s hudbou, drobné občerstvení
 - Cíl aktivity: Přiblížit si tradici masopustního veselí.

- Postup: Uživatelé si z domu po předchozí domluvě donesou své oblíbené masky, které si na sebe oblečou. Takto si představíme, jak probíhalo masopustní veselí, kdy se tancovalo, jedlo, pilo a jednotlivé masky předváděli, co umí.
- Reflexe:
 - Na základě zhlédnuté pohádky a konaného masopustního veselí v maskách si každý uživatel vybere jednu masku, která se mu z pohádky, nebo od dalšího uživatele líbila nejvíc a proč. Můžeme si také vyjmenovat co nejvíce masek, které jsme si z daného dne zapamatovali.

6.2.3. Březen – zahrádka

- Březen je typicky jarním měsícem, kdy začínají na zahrádkách první výsevy. V rámci stacionáře je možnost využívat část prostoru zahrady rodiny jednoho uživatele, kde si stacionář může pěstovat nenáročné plodiny, nejčastěji zeleninu nebo bylinky.
- Seznámení s našimi plodinami a s péčí o ně
 - Časová dotace: 60 minut
 - Pomůcky: obrázky ovoce a zeleniny, obrázky růstu plodin, které budeme pěstovat, kartičky s jejich názvy
 - Cíl aktivity: Seznámit se s druhy zeleniny, kterou budeme pěstovat. Poznat jednotlivé růstové fáze této zeleniny. Zopakovat si základy pěstování.
 - Postup: Na nástěnku si vyskládáme obrázky zeleniny. Uživatelé k nim budou postupně přidávat jejich názvy. Obrázky, které správně pojmenují, poté budou třídit do skupinek na ovoce a zeleninu. Z těchto obrázků následně pracovník vybere obrázky plodin, které budou letos vysévat nebo vysazovat na zahrádce. O těchto plodinách si poté budeme povídat. Probereme jednotlivá růstová stadia rostliny (růst, kvetení, plazení). Tyto fáze si ukážeme na obrázcích tak, abychom je poté dokázali poznat.
 Také se budeme bavit o tom, co je potřeba udělat před tím, než na zahrádku něco vysejeme (vysázíme), že je potřeba půdu zrýt, prokypřit, pohnojit apod. Co je potřeba dělat pro to, aby nám plodiny rostli. Je potřeba je zalévat, trhat plevel atd.
- Výsev zeleniny na zahrádce
 - Časová dotace: 90 minut
 - Pomůcky: sazeničky nebo semínka plodin (ředkvičky, salát, mrkev, cibule apod.), motyka, lopatka, konvička

- Cíl aktivity: Prakticky si vyzkoušet práci na zahrádce.
- Postup: Této aktivity se mohou aktivně zúčastnit zejména uživatelé schopní samostatného pohybu, jelikož je to aktivita fyzicky náročnější. Uživatelé, kteří mají pohybové omezení se mohou aktivity zúčastnit alespoň pasivně při sledování práce na zahrádce.

Nejdříve si připravíme půdu pro to, abychom sem mohli vysévat nebo vysazovat. Toho dosáhneme například motykou nebo alespoň malou motyčkou. Následně si pomocí lopatky vytvoříme rýhy nebo důlky pro výsev, výsadbu. Následně vložíme semínka nebo sazeničky, které do zeminou řádně zahrábneme. K tomu, aby se našim sazenicím, nebo semínkům v zemině dařilo, je třeba je ještě pořádně zalít konvičkou.

- Reflexe
 - Z kartiček, na kterých si na začátku budeme ukazovat jednotlivé plodiny, si každý uživatel vybere jednu, na které se nachází jeho oblíbená plodina. O této plodině, nám poví to, co si o ní zapamatoval, případně co o ní ví.
 - Také si zopakujeme, jaké zásady je třeba dodržovat proto, aby nám plodiny vyrostly.

6.2.4. Duben – Velikonoce

- Výběr symbolů Velikonoc
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: velký papír s vytištěnou křížovkou, kartičky se symboly svátků v roce
 - Cíl aktivity: Lépe se seznámit se symboly jara a přijít na název nejvýznamnějšího jarního svátku.
 - Na velký papír si dopředu připravíme křížovku, na stůl vyskládáme symboly jednotlivých svátků a ročních období v roce. Uživatelé dostanou za úkol mezi těmito obrázky vybrat ty, které značí jaro. Na těchto obrázcích z druhé strany budou napsána čísla podle toho, do které kolonky v křížovce patří. Dalším úkolem uživatelů je správně zodpovědět název daného symbolu na kartičce, pokud ho uhodnou, pracovník jej vepíše do připravených políček. Pokud to bude nutné je možná verbální pomoc od pracovníka. Po vyplnění slov jim vyjde tajenka, které ukrývá název svátku, o kterém se budeme bavit.
 - Tímto si nejen zopakujeme symboly, ale také jejich názvy a to, ke kterému svátku nebo ročnímu období je zařadíme.

- Pohádka Chaloupka na vršku
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: Díl pohádky Chaloupky na vršku
 - Díl: Jak se pomlázky ztratily
 - V tomto díle je vidět, jak který den probíhají přípravy na Velikonoce, jak a z čeho se pletou pomlázky, jak vypadají mazance nebo jidášči.
- Výroba velikonoční mističky na osení
 - Časová dotace: 30-45 minut
 - Pomůcky: nízký kelímek od jogurtu, barevné papíry, tvrdé barevné papíry, lepidlo, fixy, pastelky, zemina, osení
 - Cíl aktivity: Vytvořit si velikonoční dekoraci.
 - Postup: Na barevný papír se podle šablony obkreslí tvar slepičky. Ten se vystříhne, což zvládají i někteří uživatelé. Na přední část obrysu slepičky se nalepí lepidlem barevná papírová vajíčka, která se vytvoří zmačkáním barevného papíru do koule. Do této aktivity se mohou v rámci rozvoje jemné motoriky zapojit i uživatelé, kteří mají vážnější pohybové nebo motorické problémy. Také se pomocí barevných papírů, fix nebo pastelek domaluje nebo dotvoří obličej slepičky, zobáček, oči, hřebínek. Po dokončení slepičky se obrys omotá kolem kelímku od jogurtu a v zadní části se slepí oba konce k sobě. Kelímek se ze tří čtvrtin naplní zeminou, na ni se nasypou semínka trávy a zasypou se opět tenkou vrstvou zeminy.
 - Takto zaseté obilí si uživatelé s rodiči vezmou domů, do týdne jim z toho vyroste osení, které bude krásnou velikonoční výzdobou.
 - Možné je také využít semínka řeřichy, kterou si pak mohou uživatelé i sníst.
- Dokresli beránkovi vlnu
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: pastelky, vytištěný obrázek beránka
 - Cíl aktivity: Vytvořit si velikonoční obrázek. Procvičit si jemnou motoriku a zápěstí při kreslení spirálek.
 - Postup: Každý z uživatelů dostane jednoho vytištěného beránka, jejich úkolem je domalovat beránkovi vlnu, což znamená, že budou malovat kudrlinky na tělo beránka. Tímto si uživatelé procvičí jemnou motoriku rukou při držení a pohybu tužkou ve tvaru spirály.

- Reflexe:
 - Společně se všemi uživateli se pokusíme vyjmenovat co nejvíce velikonočních, ale i jarních symbolů.

6.2.5. Květen – Den matek

- Toto odpoledne by probíhalo za přítomnosti rodičů, respektive alespoň maminek
- Básnička pro maminku
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: naučená básnička pro maminku
 - Na začátku setkání maminkám odříkáme společně básničku, kterou jí poděkujeme.
 - Vybrala jsem básničku z knihy Básničky od srdíčka (Kopecká, 2003, s. 25):
 - „Nesu, nesu náruč kvítí,
trhal jsem je všechna sám.
Pro koho mi očka svítí?
Až je můj z nejmilejších maminečce dám“.
 - Jedná se o krátkou básničku, která nebude těžká na naučení, ani moc dlouhá na zapamatování.
- Výroba trhaného srdíčka pro maminku
 - Následně si společně s maminkami vytvoříme přáníčko s trhaným srdíčkem
 - Časová dotace: 45 minut
 - Pomůcky: tvrdý papír A5, lepidlo, barevné papíry, stužky, pastelky
 - Postup: Na přední stranu tvrdého papíru velikosti A5 si doprostřed obkreslíme podle šablony tvar srdce. Z barevného papíru dle výběru natrháme malé kousky, které poté budeme lepit do obrysu srdce. Postupně budeme prostor zaplňovat až nám vznikne srdce vyplněné natrhanými papírky. Pod srdíčko si podle jeho barvy vybereme stužku, ze které uděláme mašličku. Tu následně nalepíme pod srdíčko. Na druhou stranu, případně ještě pod srdíčko, je možné připojit podpis uživatele, pokud je to možné.

6.2.6. Červen – Hudba

- Každoročně na konci června v Litomyšli startuje Mezinárodní hudební festival Smetanova Litomyšl. Jedná se o festival plný koncertů, oper a divadelních představení.

- Proto se i my v červnu zaměříme na hudbu.
- Protažení s hudbou
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: písnička Hlava, ramena, kolena, palce
 - Cíl aktivity: Protáhnout si tělo, při hudebním doprovodu.
 - Postup: Na tuto píseň se tancuje tak, že si člověk ukazuje na dané části těla, o kterých se zrovna v písni zpívá. Takže si ukazuje na hlavu, ramena, kolena, palce a později i části obličeje, jako oči, uši, pusa, nos. Tato píseň je u uživatelů velmi oblíbená, proto bude dobře sloužit pro navození hudební atmosféry.
- Hra s tělem
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: rytmická písnička
 - Postup: V této aktivitě budeme zjišťovat, jak využít vlastní tělo jako hudební nástroj. Vybereme si písničku, která je rytmická, ideálně ji uživatelé i znají a mohou tak využít i svého hlasu. Za mě je ideální písnička Já mám koně, vraný koně. V průběhu písničky postupně budeme zkoušet, jak a na které části těla se dá hrát. Začít můžeme od nohou podupáváním, následně můžeme pleskat rukama o stehna, nesmí chybět tleskání a následně luskání na prsty. Také můžeme pleskat rukama o tváře, kdy máme ústa pootevřená a jazykem můžeme vytvářet zvuk klapotu podkov. Pokud se jedná o známou písničku, nesmí chybět ani zpěv, jako nejjednodušší hudební doprovod.
- Reakce na situaci
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: bubny a bubínky, hrkadla, známá lidová píseň (například Prší, prší)
 - Soustředit se na pokyn y vedoucího a přizpůsobovat jim aktivitu.
 - Postup: každý u účastníků této aktivity dostane do ruky bubínek. Na začátku budou určena pravidla, kterými se při této aktivitě budeme řídit. Pokud bude mít vedoucí ruce nad hlavou znamená to, že mohu bubnovat hlasitě, pokud dá ruce dolů, znamená to, že i já musím své bubnování ztlumit. Tato pravidla si ještě několikrát před samotným zpěvem zopakujeme. Při této aktivitě můžeme zpívat jakoukoliv písničku, kterou znají všichni zúčastnění. Je pouze na vedoucím, kdy a na jak dlouho nechá ruce dole nebo nahoře. Uživatelé se tímto snaží vnímat

pokyny, které k nim přichází a přizpůsobovat jim své bubnování. V některých případech je třeba verbální pomoc od pracovníka při změně pokynů.

- K této aktivitě je možná využít také reprodukováné hudby. V tomto případě by se hodila například skladba Vltava od skladatele Bedřicha Smetany, který je nedílnou součástí Litomyšle.
- Procházka k soše Bedřicha Smetany na náměstí v Litomyšli
 - Časová dotace: 1 hodina
 - V rámci vzpomínky na hudebního skladatele Bedřicha Smetanu, po kterém je pojmenován i slavný hudební festival.
 - Socha Bedřicha Smetany stojí v dolní části Smetanova náměstí. Terén je dostupný i pro vozíčkáře. V případě špatného počasí se tato procházka může přesunout na vhodnější termín.

6.2.7. Červenec – Poznáváme Litomyšl

- Kam se podíváme?
 - Časová dotace: 30 minut
 - Pomůcky: velká mapa Litomyšle, barevné špendlíky, obrázky míst, které navštívíme
 - Postup: Na nástěnku si rozložíme velkou mapu města. Pomocí barevných špendlíků budeme na mapu umisťovat obrázky míst, která v průběhu dne navštívíme. Budeme postupovat v trase výletu a u každého místa si řekneme, jak se jmenuje.
- Výlet Litomyšlí
 - Časová dotace: 3 hodiny
 - S sebou: pití, svačina, pláštěnka, vlhčené ubrousky, kapesníky, opalovací krém, pokrývku hlavy, kapesné
 - Cíl aktivity: Poznat město, ve kterém sídlí stacionář. Procvičit si zde orientaci a navštívit důležitá místa ve městě.
 - Postup:
 - Od stacionáře vyrazíme nejdříve přes autobusové nádraží a náměstí do Klášterních zahrad. Cestou se budeme uživatelů ptát na cestu k důležitým bodům v Litomyšli – nádraží, supermarket, náměstí apod. Tímto si procvičíme základní orientaci ve městě.

- V Klášterních zahradách si uděláme zastávku na svačinu. Následně si projdeme celé zahrady, prohlédneme si sochy Olbrama Zoubka a díky dobrému výhledu si odtud můžeme zopakovat polohu dalších důležitých míst v Litomyšli, včetně směru, kde se nachází stacionář. Pokud si s sebou vezmeme menší společenské hry, jako jsou karty a podobně, můžeme si zde udělat přestávku a odpočinout si na trávniku.
 - Z Klášterních zahrad se přesuneme do zámeckých zahrad. Přesun trvá jen chvíli, zahrady spolu sousedí. V těchto zahradách si můžeme zvenku prohlédnout zámek, který je zapsán na Seznamu světového dědictví UNESCO. Projdeme si 1. nádvoří zámku, kde se nachází zámecký pivovar, kde se narodil skladatel Bedřich Smetana, zámecká jízdárna nebo velká kašna. Cestou kolem zámku si prohlédneme zámecký amfiteátr a na zdech zámku můžeme mezi „psaníčky“ hledat ta, ve kterých se skrývají klíče.
 - Naše cesta bude pokračovat přes Zámecké návrší. Zde se mimo zámku nachází i piaristický kostel, nebo Regionální muzeum, které uživatelé stacionáře dobře znají. Přes návrší sejdem kolem starého máchadla na prádlo na Smetanovo náměstí, které je plné obchůdků a historických domů s nádhernými fasádami. Téměř celé náměstí je kolem dokola obeháno podloubím. Náměstí si projdeme. I zde jsou místa, která uživatelé dobře znají, jako je knihovna, drogerie, papírnictví, služebna policie apod, proto i tady je vhodné procvičit si jejich orientaci ve městě.
 - Při dobrém počasí se můžeme na dolním konci náměstí zastavit na zmrzlinu a posadit se na lavičky k soše Bedřicha Smetany.
 - Poslední zastávkou budou vodní valy, které se táhnou po celé délce řeky Loučné, jenž Litomyšlí protéká. Touto cestou se opět dostaneme k budově stacionáře. de si podle dříve vytvořené mapy můžeme zopakovat, která místa v Litomyšli jsme navštívili a co si o nich pamatujeme.
- Reflexe: Po návratu si na stůl vyskládáme obrázky jak staveb a míst z Litomyšle, tak i dalších, které se nachází v jiných městech. Úkolem uživatelů bude společnými silami z těchto fotografií vybrat ty, u kterých jsme se dnes v průběhu výletu zastavovali, ale také ty, které jsme během dne mohli v Litomyšli vidět, respektive, kolem kterých jsme

procházel. Každý si poté vybere obrázek jedné stavby nebo místa, která se mu dnes líbila nejvíce a ukáže ji ostatním.

6.2.8. Srpen – Olympijské hry ve stacionáři

- V letošním roce by se měly konat Olympijské hry v Japonsku. Ani my ve stacionáři bychom neměli zůstat pozadu a olympijské hry si uspořádáme i u nás.
- Každý účastník těchto olympijských her, dostane za každou splněnou disciplínu razítko do listiny disciplín, kterou bude mít pověšenou na krku.
- Rozdělíme se do 3 skupin, počet uživatelů závisí na jejich docházce a stupni podpory, kterou potřebují, a postupně se prostrídají ve všech disciplínách. Nakonec se všichni utkají v turnaji v pétanque. Soutěžit budeme v těchto disciplínách:
 - Střelba na cíl
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: věž sestavená z kostek, tenisový míček, razítko
 - Cíl aktivity: Procvičit si při držení a hození míčkem jemnou motoriku rukou. Soustředit se na shovení cílové věže.
 - Postup: Každý z uživatelů má tři pokusy při snaze shodit věž z kostek. Je dána startovní čára, kterou „sportovec“ nesmí překročit. Od této čáry se uživatel snaží shodit pomocí tenisového míčku věž z kostek, která je umístěna 2 metry od čáry. Jedinec, kterému se to v průběhu tří pokusů podaří získá od vedoucího skupiny razítko do listiny disciplín.
 - Slalomová jízda
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: kužely, nebo jiné značky vyznačující trasu, nafukovací míček, razítko
 - Cíl aktivity: Cílem je zlepšení motoriky při chůzi, vyhýbání se překážkám a zlepšení koordinace pohybů.
 - Postup: Úkolem všech závodníků je projít slalomovou trasou tam a zpět. Způsob se ale bude lišit podle stupně postižení a potřebné podpory. Za správně projitou (projetou) trasu dostane jedinec razítko.
 - Jedinci s nejnižší mírou podpory se mohou pokusit projít slalom a cestu si ztížit tím, že se při tom budou snažit udržet na natažené ruce nafukovací balón. Pokud by jim balón spadl, musí se vrátit na startovní čáru.

- Uživatelé s vyšším stupněm potřebné podpory, si slalom pouze projdou za fyzické nebo verbální podpory vedoucí skupiny.
 - Uživatelé na vozíku, kteří jsou schopni se sami pohybovat, zkusí slalom projet bez podpory nebo s částečnou pomocí tak, aby neshodili žádný z kuželů.
 - Uživatelé, kteří jsou na vozíku a k pohybu potřebují pomoc pracovníka, projedou slalom s pracovníkem, v některých případech je možné, aby se uživatel snažil po celou dobu jízdy v rukou udržet nafukovací balon.
- Hod na koš
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: koš nebo kyblík, papírová koule, razítko
 - Cíl aktivity: procvičení jemné motoriky. Soustředění na zaměření koše.
 - Postup: Bude určena startovní čára. Za tu se uživatel postaví a bude se snažit strefit se papírovou koulí do připraveného košíku. Jeho vzdálenost se může měnit v závislosti na potřebách a možnostech uživatele. Každý, komu se povede strefit se alespoň jednou do košíku, dostane na konci disciplíny razítko.
- Turnaj v pétanque
 - Časová dotace: 60–70 minut
 - Pomůcky: sada na pétanque, papírky
 - Cíl aktivity: Cílem aktivity je podpora týmového ducha u uživatelů.
 - Postup: Této aktivity se už zúčastní všichni přítomní uživatelé. Jeden z uživatelů vyhodí malou kuličku, tzv. prasátko. K tomu se pak všichni hráči snaží přiblížit svoji hozenou koulí. Postupně se v hodu vystřídají všichni účastníci. Je možné využít několik sad pétanque v závislosti na počtu hráčů, případně je možné vyznačit papírky se jmény jednotlivá místa dopadu. Po prostřídání všech hráčů se změří vzdálenost jednotlivých koulí, nebo míst dopadu od počátečního prasátka. Ten, kdo se přiblížil svou koulí nejbliže, získává nejvíce bodů. V dalším kole se vše opakuje stejně. Počet kol je na uvážení, okolnostech a časových možnostech. Ideálních je dle mé zkušenosti maximálně 10 kol. Některým uživatelům je vzhledem k fyzickému postižení potřeba při manipulaci s koulí pomoci fyzicky, u všech uživatelů je doporučena vzhledem ke

hmotnosti koule verbální podpora, nebo zvýšená opatrnost. Lze také použít lehčí koule, které nejsou přímo určené na pétanque.

- Závěrečný medailový ceremoniál
 - Každý z účastníků olympiády ve stacionáři bude odměněn medailí za účast, tři nejlepší v turnaji v pétanque budou obdarováni medailí za nejlepší výsledek a všichni ještě získají diplom.
 - K tomuto ceremoniálu si můžeme pustit vítěznou hudbu, což podbarví slavnostní atmosféru.

6.2.9. Září – Posvícení

- Co je to posvícení?
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: článek o posvícení
 - Postup:
 - „Posvícení je slavnost vysvěcení místního chrámu neboli místního kostela. Bývalo jedním z nejoblíbenějších svátků prostého venkovského lidu, kterým zároveň oslavovali ukončení polních prací. V Čechách a na Moravě se posvícení slavilo na podzim, tedy v období, kdy už byl nový mák do buchet, zásoba čerstvé mouky a vajec, zralé švestky na povidla a vykrmené husy na pekáč. Při slavení se hojně hodovalo a také tančilo. Hlavním symbolem posvícení byli plněné posvicenské koláče a samozřejmě byla vykrmená pečená husa“ (Bestajovský, 2008, s.141-144).
- To je zlaté posvícení, to je zlatá neděle...
 - Časová dotace: 15 minut
 - Pomůcky: nahrávka písničky
 - Postup: Nejdříve si poslechneme písničku To je zlaté posvícení, to je zlatá neděle
 - „To je zlaté posvícení,
to je zlatá neděle.
Máme maso a zas maso,
k tomu kousek pečeně.
To je zlaté posvícení,
to je zlaté pondělí.

Máme maso a zas maso,
jako včera v neděli“ (Bestajovský, 2008, s.141).

- Připravme hostinu
 - Časová dotace: 60 minut
 - Pomůcky: letáky s potravinami, lepidlo, nůžky, bílé papíry
 - Postup: Z novin a letáků si vybereme pokrmy, a jídla, které bychom ostatním připravili na posvícení. Může se jednat o maso, přílohy, dezerty, ovoce, ale také nějaké limonády, čaj, kávu apod. Tyto potraviny následně z letáků vystříháme. U osob, které nezvládnou vystříhávat je možné pouze kroužkovat potraviny v letáku, případně si o jednotlivých potravinách na obrázcích povídat s ostatními a rozhodovat, zda se hodí nebo ne.
Takto vystřižené potraviny a jídla poté nalepíme na bílé papíry, které budou představovat velké talíře.
Nakonec si všechna díla společně projdeme a prohlédneme.
Tuto aktivitu je možné dělat také ve skupinkách.

6.2.10. Říjen – keramika

- V Litomyšli se každoročně na začátku října v rámci Světového dne architektury pořádá program s názvem ArchiMyšl – světový den architektury v Litomyšli. Proto se i my staneme na chvíli architekty a vytvoříme si svoje umělecké dílo.
- Výroba keramického draka
 - Časová dotace: 1 hodina + výpal + 30 minut dotvoření
 - Pomůcky: keramická hlína, podložka, šablona, váleček, nůž, zdobítka, vykrajovátka, brčko, provázek, stuhy
 - Postup: Nejdříve si připravíme všechny potřebné věci na stůl. Zejména pak podložku a keramickou hlínu. Hlínu si rukama zpracujeme, aby změkla. Následně z ní vyválíme placku, která bude mít výšku asi 1 cm. Podle šablony si vyřízneme obrys draka ve tvaru deltoиду. U každého rohu pomocí brčka vytvoříme dírky, kterými po vypálení budeme protahovat ozdoby. Tělo draka poté můžeme dotvořit podle svých představ, je možné dolepit mu keramické oči a pusy, pomocí zdobítek vytvořit různé struktury povrchu, nalepit vykrajovaná srdíčka, hvězdičky apod. podle fantazie.
 - Následně dáme připraveného draka uschnout a poté vypálit do pece.

- Po výpalu a vychladnutí je třeba draka ještě dozdobit. Tělo je možné natřít buď burelem, který se následně částečně vymyje, nebo natřít detaily glazurou.
- Do připravené spodní dírky se navlékne provázek, který symbolizuje ocas draka, a na který jsou v rozestupech navázané stužky. Do zbylých dírek se navléknou stužky, ze kterých se udělají mašličky. Horní dírka se poté použije ještě na provlečení provázku na pověšení (Ščerbová, 2013).
- Takto vyrobení draci se poté mohou použít jako jedna z položek na zimní či jarní prodejní výstavě, která se ve stacionáři každoročně koná.

6.2.11. Listopad – Namaluj podzim

- Časová dotace: 2,5 hodiny
- Pomůcky: listy, přírodniny (bukvice, šišky, žaludy, kaštany), temperové barvy, štětce, podložku, fixy, lepidlo
- Postup: Nejdříve je potřeba vyrazit ven na sběr plodin. Nasbíráme si tvarově různé listy, spadané bukvice, žaludy, šišky nebo kaštany. Posbírat můžeme také prázdné šnečí ulity apod.
 - Připravíme si podložku a papír. Budeme tvořit obraz složený z obtisků jednotlivých plodin, tak že každý list, šišku apod. natřeme vrstvou barvy a následně ho přimáčkneme natřenou částí na papír, tak aby se barva obtiskla ve tvaru listu. Barvy si při tom můžeme vybrat takové, jaké se nám líbí nebo zvolit tradiční podzimní (žlutá, červená, hnědá, zelená apod.). Když obtisky zaplníme celý povrch papíru, některé listy se přitom mohou překrývat, necháme obrázek chvíli zaschnout. Poté na uschlý obraz lepíme pomocí tavné pistole nebo lepidla lepíme další podzimní plodiny jako jsou šištičky, kaštany, žaludy apod. Nakonec můžeme na obrázek domalovat nebo dolepit ještě šnečí ulity, listům domalovat žilkování apod.

6.2.12. Prosinec – Mikuláš

- Co víme o svátku sv. Mikuláše?
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: Chaloupka na vršku – Jak to bylo na Mikuláše
 - Cíl aktivity: Zjistit, kdo je to sv. Mikuláš. Co víme o tomto svátku.
 - Postup: Zhlédneme díl pohádky Chaloupka na vršku
 - V tomto díle je vidět předvánoční atmosféra v rodině.

- Říkaneky
 - Časová dotace: 30 minut
 - Pomůcky: známé i neznámé říkanky o sv. Mikuláši
 - Cíl aktivity: Zopakovat si známé říkanky o Mikuláši. Seznámit se s novými říkankami, které neznáme.
 - Postup: Nejdříve si společně zopakujeme známé říkanky pro Mikuláše, které si pamatujeme. Pokud poté narazíme na nějakou, kterou naznáme, seznámíme se s ní.
 - „Mikuláš ztratil plášť, Mikuláška sukni. Hledali, nenašli, byli oba smutní.
 - Mikuláši, přijď dnes k nám, písničku ti zazpívám, přines prosím trochu dobrot, můžeš je dát třeba do bot. Dáváš dárky pro radost, pro každého jich máš dost.
 - Kdo to klepe? Bílý pán, Mikuláš dnes přišel k nám. Anděl a čert přišli s ním, zjistit, jestli nezlobím.
 - Čertíka se nebojíme, protože my nezlobíme. Když, tak jenom trošinku tatínka a maminku.
 - Mikuláši, Mikuláši, kdo to tady děti straší, kdo tu řinčí řetězem a proč s tebou přišel sem. Rohatý, rohatý, s kožichem až na paty, rohatý, rohatý, černý, pěkně štrapatý“ (Kolektiv autorů, 2016, s. 31-33).
- Výroba čertíka
 - Časová dotace: 60 minut
 - Pomůcky: barevné papíry (červená, černá, šedá), lepidlo, nůžky, obyčejné tužky, šablony z tvrdého papíru, pastelky
 - Cíl aktivity: Procvičit si jemnou motoriku prací s papírem, nůžkami a tužkou. Vytvořit si vlastní mikulášskou dekoraci.
 - Postup: Uživatelé, kteří mají tuto možnost, si na barevný papír obkreslí podle šablon tvar hlavy, uší, rohů, očí a jazyka pro čerta. Více schopní jedinci obkreslí tyto součástky i pro uživatele s pohybovými problémy. Následně je uživatelé, kteří mohou pracovat s nůžkami vystříhnou.
 - Na obrys hlavy se lepidlem nalepí uši, rohy, oči a nos.
 - Jazyk se vytvoří omotáním vystřiženého tvaru na širokou tužku, případně lahvičku od lepidla. Tvar tak zůstane zkroucený a bude, vypadat jako v pohybu.

- Vlasy a vousy se vyrobí stejným způsobem. Proužky nastříhaného barevného papíru se namotají na úzkou tužku tak, aby po sundání vytvořily kudrlinku. Tyto kudrlinky se poté nalepí do okolí jazyka a do horní části hlavy k rohům.
 - Pro uživatele, kteří by namotávání nezvládli, je možné kousky barevného papíru zmačkat do kuliček, a tyto kuličky poté nalepit místo vlasů a vousů.
 - Nakonec si uživatelé na čertíka domalují pastelkami saze, mohou mu dotvořit rohy.
 - Takto vytvořeného čertíka je poté ještě možné přilepit pomocí tavné pistole na špejli a použít jako zápich do květináče, v tomto případě je nutné podlepit hlavu čerta tvrdším papírem.
- Nadílka
 - Časová dotace: 20 minut
 - Pomůcky: připravené balíčky pro uživatele, oblek Mikuláše, anděla, případně i čerta
 - Postup: Předem se uživatelům nachystají drobné balíčky s dobrotami. Je dobré předem se domluvit s rodiči, zda s tím souhlasí. Do balíčku bych navrhovala například perník v mikulášském motivu, mandarinku, banán, nebo jiné ovoce. Záleží ale na konkrétních možnostech.
 - Po příchod Mikuláše s doprovodem si odrecitují uživatelé jednu z říkanek, kterou si předtím zopakovali. Následně také Mikuláši ukážou vyrobené čertíky.
 - Mikuláš následně zhodnotí celý rok, může u každého individuálně, nebo u skupiny jako celek.
 - Anděl nakonec rozdává přítomným uživatelům balíčky s odměnou.

6.3. SWOT analýza projektu

Silné stránky	Slabé stránky
Celoroční program Využití akcí ve městě Poznání svého okolí Vytvořeno přímo pro konkrétní stacionář	Náročnost na čas Náročnost na materiál Problém při využití v jiné skupině lidí
Příležitosti	Hrozby
Více bezbariérových akcí v okolí Vyšší počet uživatelů a pracovníků Větší spolupráce s	Podstav pracovníků Nedostatečné finance Nízký počet uživatelů

Tabulka 1: SWOT analýza

6.4. Personální zabezpečení

- Personální obsazení v tomto případě závisí na počtu přítomných uživatelů a úrovni jejich samostatnosti. V tomto případě budu počítat s možností, že se zúčastní 12 uživatelů, z toho 6 vozíčkáři a 6 chodících uživatelů.
- Na práci s uživateli je tedy třeba alespoň 7 osob, které jsou schopny i při manipulaci s vozíky pracovat s ostatními uživateli.
- Tento počet by byl vykryt pracovníci přímé péče, kterých je v tuto chvíli potřebný počet.
- Tyto pracovníce jsou zaměstnány z většiny na celý úvazek, pouze jedna je na úvazek částečný. Protože jsou aktivity zahrnuty v rámci pracovní doby, budou pracovníci ohodnoceni ve výplatě, která je hrazena z plateb uživatelů za službu.
- Více lidí je třeba v případě výletu, kde je nutné dbát zvýšené opatrnosti zejména při pohybu v okolí silnic, či v prostoru s vyšším výskytem osob. Také je třeba poskytnout některým uživatelům podporu při pohybu v neznámém terénu, případně se vystřídat při manipulaci s vozíkem.

- V tuto chvíli má denní stacionář podepsanou smlouvu s Dobrovolnickým centrem při Farní charitě v Litomyšli. Momentálně jej v rámci tohoto projektu navštěvuje jedna dobrovolnice, která dochází dle potřeby po předchozí dohodě s vedoucí pracovnící. Proto by bylo možné, například pro potřeby výletu, sjednat docházku s touto dobrovolnicí, která zde svůj čas tráví bezplatně.

6.5. Finanční zabezpečení

	Náklady (v Kč)
Leden	50
Únor	0
Březen	95
Duben	80
Květen	100
Červen	0
Červenec	0
Srpen	0
Září	0
Říjen	320
Listopad	100
Prosinec	430
Celkem	1 175

Tabulka 2: Náklady

	Zisky (v Kč)
Tržby za vlastní výkony	335
Tržby za prodané zboží	840

Tabulka 3: *Financování*

6.6. Prostorové vymezení

- Většina z programu se bude odehrávat v prostorech denního stacionáře, které jsou popsány na začátku práce.
- Oslava Tří králů, velikonoční přípravy, práce s hudbou, výroba keramických draků, tvoření podzimních obrázků a oslava svátku svatého Mikuláše je vytvořena na míru dílen v zelené budově.
- S realizací masopustních oslav, oslavy svátku matek a vařením s počítá ve žluté budově, konkrétně ve zdejší jídelně a přilehlé kuchyni, které je na takové případy vybavena.
- Příprava záhonů, setí a sázení bude probíhat na zahrádce jednoho z uživatelů, kam má stacionář přístup a má možnost vypěstovat si tu pár vlastních plodin. Zahrádka je od stacionáře vzdálena necelých 500 metrů a je sem dobrá přístupová cesta.

Závěr

Smysluplné využití volného času je důležitou součástí rozvoje nejen u osob s postižením. Mohou se díky němu posouvat ve svých dovednostech a schopnostech a zároveň si osvojit návyky důležité k co největšímu osamostatňování.

Můj bakalářský projekt se věnuje právě smysluplně využitému volnému času uživatelů denního stacionáře v Litomyšli. Je založen na poznání cyklu roku s jeho svátky a významnými dny, ale také na poznávání svého okolí a lepší orientaci. V rámci svého rozvoje uživatelé rozšíří své znalosti, podpoří motorické dovednosti a pomocí reflexí na jednotlivá témata také podpoří paměť. Tohle všechno spolu s lepší orientací v terénu města může pomoci k budoucí větší samostatnosti, která je také jedním z cílů tohoto projektu.

V teoretické části jsem se zaměřila na představení jednotlivých druhů postižení, se kterými se můžeme u osob v denním stacionáři setkat. Představila jsem hlavní charakteristiku těchto postižení tak, aby bylo možné alespoň částečně odhadovat chování, možnosti komunikace nebo motorické dovednosti. Také jsem stručně představila město Litomyšl, ve kterém se denní stacionář nachází, abych tím ukázala možnosti zejména kulturního a společenského rozvoje.

V praktické části mého projektu jsem se zabývala sestavením programu pro dříve charakterizované uživatele. Jednalo se o sestavené ročního plánu aktivit, které mají za cíl pomoci lidem s různými typy postižení s orientací v koloběhu roku tím, že jsem se zaměřila na zdůraznění důležitých období a dnů, jejich význam, průběh nebo tradiční náplň. Abych se zaměřila také na město, ve kterém uživatelé tráví hodně svého volného času, zapojila jsem do programu také aktivity, které jsou spjaté s městem Litomyšl, ať už se jedná o hudbu zdejšího rodáka Bedřicha Smetany nebo o výlet po Litomyšli s prohlídkou centra, při které si procvičíme a zdokonalíme také orientaci v tomto prostoru.

Použitá literatura

BESTAJOVSKÝ, Martin, 2008. *Velká kniha lidových obyčejů a nápadů pro šikovné ruce*. Brno: Computer press. ISBN 978-80-251-1974-7.

ČESKO. Zákon č. 108 ze dne 14. března 2006 o sociálních službách, 2006. In: *Sbírka zákonů České republiky*. [online]. [cit.2021-4-5]. Dostupné z:

https://www.epravo.cz/_dataPublic/sbirky/archiv/sb037-06.pdf

JANIŠTINOVÁ, Lenka Antonie, 2020. *Popis realizace poskytování sociálních služeb*. [online]. [cit.2020-5-13]. Dostupné z: <https://www.rukaprozivot.cz/wp-content/uploads/sites/249/2020/06/S-01-D-03-2020-02-01-Popis-realizace-Litomysl-DS.pdf>.

JANIŠTINOVÁ, Lenka Antonie, 2019. *Výroční zpráva o činnosti*. [online]. [cit.2020-7-25]. Dostupné z: https://www.rukaprozivot.cz/wp-content/uploads/sites/249/2020/07/vyrocní_zpráva_2019.pdf.

KOPECKÁ, Zuzana, 2003. *Básničky od srdíčka*. 13. vydání. Brno: Centa. ISBN 80-903327-4-9.

MĚSTO LITOMYŠL, 2021. *Základní údaje o Litomyšli*. [online]. [cit.2020-10-22]. Dostupné z: https://www.litomysl.cz/zakladni_udaje_o_litomysli.

MATOUŠEK, Oldřich a kol, 2010. *Sociální práce v praxi*. 2. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-818-0.

MATOUŠEK, Oldřich, 1997. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 2. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství. ISBN 80-85850-24-9.

Ruka pro život o.p.s., 2020. [online]. [cit.2020-7-20]. Dostupné z:

<https://www.rukaprozivot.cz/>

SLOWIK, Josef, 2016. *Speciální pedagogika*. 2. vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0095-8.

ŠČERBOVÁ, Jitka, 2013. *Keramika od jara do zimy*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4523-77.

ŠVARCOVÁ, Iva, 2006. *Mentální retardace*. 3. vydání. Praha: Portál. ISBN 80-7367-060-7.

THOROVÁ, Kateřina, 2012. *Poruchy autistického spektra*. 2. vydání. Praha: Portál. ISBN 978-80-262-0215-8.

TOUFAR, Pavel, 2004. *Český rok na vsi a ve městě: leden–srpen*. Třebíč: Akcent. ISBN 80-7268-277-6.

VALENTA, Michal, MICHALÍK, Jan a kol, 2018. *Mentální postižení v pedagogickém, psychologickém a sociálně – právním kontextu*. 2. vydání. Praha: Grada. ISBN 978-80-271-0378-2.